

眼瞼炎とは

眼瞼炎（がんけんえん）とは、まぶたの炎症です。
炎症のできる部位により以下のように大別されます。

眼瞼縁炎

（がんけんえんえん）

まつ毛の根元付近に起こるもの

眼瞼皮膚炎

（がんけんひふえん）

まぶたの皮膚に起こるもの

眼角眼瞼炎

（がんかくがんけんえん）

目尻に起こるもの

眼瞼縁炎

眼瞼縁炎

(がんけんえんえん)

まつ毛の根元付近に起こるもの

感染性のものと非感染性のものがあります。

感染性
(化膿性)

細菌(ブドウ球菌) やヘルペスウィルスなどが、
まつ毛の毛根や、脂腺、汗腺に感染して起こる。

非感染性
(脂漏性)

皮脂腺の分泌過剰により起こる。



感染性（化膿性）の「眼瞼縁炎」は重症化すると、まぶたが腫れてまつ毛が抜け落ちたり、まつ毛の根元に膿のたまった小さな膿瘍ができることもあります。

皮膚の肥厚、まぶたの変形が
起こることもあるので注意が必要です。

眼瞼皮膚炎／眼角眼瞼炎

眼瞼皮膚炎

(がんけんひふえん)

まぶたの皮膚に起こるもの

眼角眼瞼炎

(がんかくがんけんえん)

目尻に起こるもの

アレルギー反応によって起こる炎症で、非感染性です。

非感染性

点眼・軟膏などの薬品や、化粧品、シャンプー、金属やゴムなど様々なものがアレルギーとなり起こる。(皮膚のアレルギー性炎症)

眼瞼炎の主な症状

- まぶたが腫れ、発疹・ただれ・あかむけができる
- 眼とまぶたにピリピリする痛みが起こる
- 光に敏感になる
- 眼の中に何かが入っている感じがする



眼瞼炎の治療

眼瞼縁炎

まぶたを清潔に保つためにベビー用シャンプーを薄めた液などで毎日まぶたの縁を洗浄します。

感染性の場合、抗菌薬の点眼や眼軟膏も合わせて使用します。



眼瞼炎の治療

眼瞼皮膚炎／眼角眼瞼炎

「アレルギー」の特定が重要です。
特定されればアレルギーとの接触を避け、
ステロイド軟膏を使用します。

症状が強い場合は抗ヒスタミン薬などを
内服することもあります。



今月のコラム 熱性けいれん

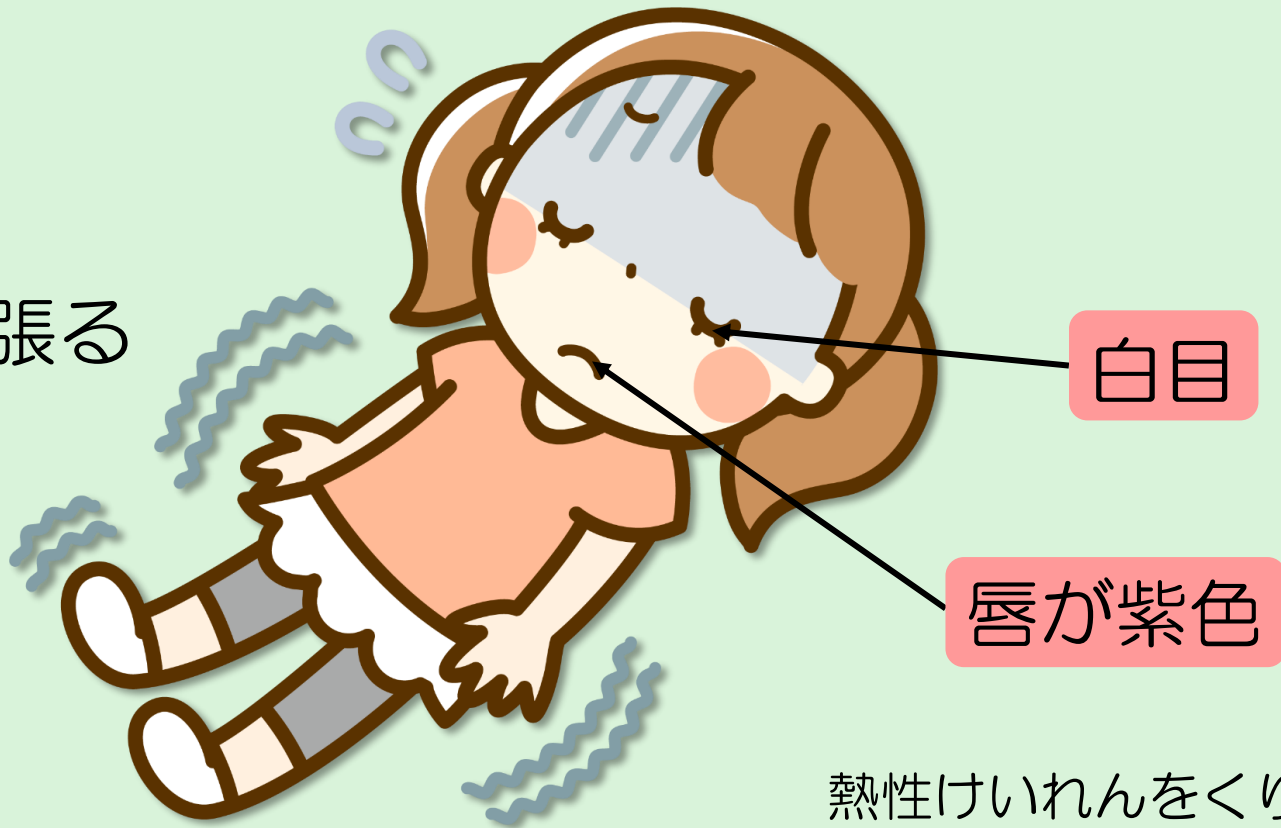
熱性けいれんは、生後6か月くらいから6歳くらいまでのお子さんで38℃以上の熱があるときに起こる5分以内の短いけいれんです。

いちど熱性けいれんを発症すると30%～50%の子どもは繰り返す傾向があります。遺伝的な要因もあり、両親に熱性けいれんの経験があると発症の可能性が2～3倍ほど上がります。

今月のコラム 熱性けいれん

症状の起こり方

手足を突っ張る
全身を反り返す



熱性けいれんをくり返したとしても、
脳に悪い影響を残すことはありません。

今月のコラム 熱性けいれん

熱性けいれんを起こしたときは・・・

01

ゆっくりと体の左右どちらかを下にして横にさせる。
顔も体ごと横に向け、吐いたものが喉につまらない
ようにする。

02

けいれんが始まった時刻と様子を確認する。
(全身けいれんなのか、左だけのけいれんなのか、
顔だけなのかなど)

今月のコラム 熱性けいれん

熱性けいれんを起こしたときは・・・

03

けいれんがおさまったら、けいれんが何分続いたかを確認し、体温を測る。短時間でおさまった時は通常の診療時間の受診で大丈夫です。



初めて熱性けいれんを起こした時は、短時間でおさまったとしてもすぐに受診してください。

今月のコラム 熱性けいれん

熱性けいれんは、小児では一般的で予後が良好な病気です。年齢とともに再発率は下がり、起こりにくくなります。

初めて起きた時は、保護者はびっくりし、うろたえ、冷静に対処できないことが多いでしょう。そういうときは救急車を呼んで病院を受診しましょう。



—今月のレシピ—

—ヨーグルトとツナ缶のペースト—



材料

ヨーグルト・・・・・・・・・・1パック


ツナ缶・・・・・・・・・・1つ

にんにく（チューブ）・・小さじ1 / 2

塩コショウ・・・・・・・・・・少々

トーストしたパンに塗ったり、
サラダやパスタの具材、野菜
スティックのディップなど、
使い道の多いペーストです。

ヨーグルトはスーパーで売っている【ブルガリアヨーグルト（400g）】
などの無糖のプレーンタイプのもので使います。

 つくり方

まず、水切りヨーグルトを作ります。

1. ①ボウルの上に乗せたざるにキッチンペーパーを1枚敷いて、
その上にヨーグルトを乗せる。
②ザルにふんわりとラップをかけて冷蔵庫に入れて一晩置く。

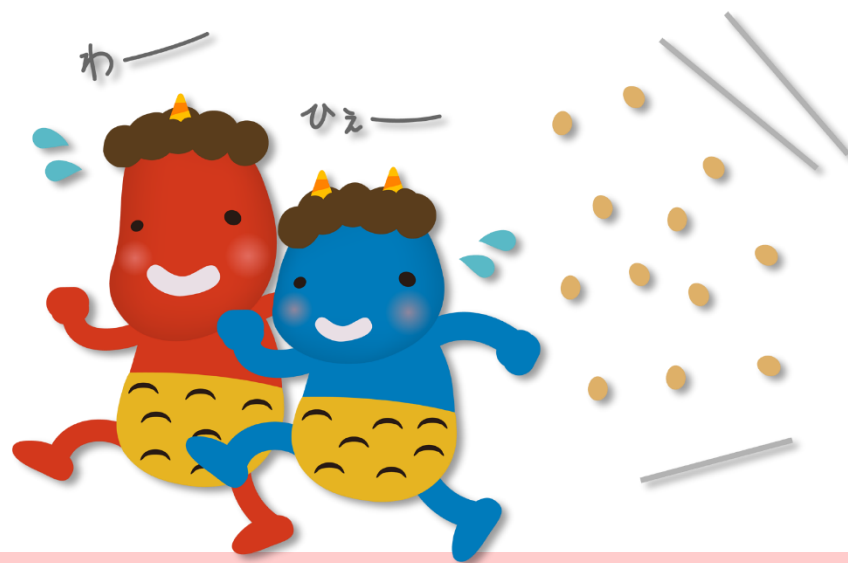
2. 水切りヨーグルトに汁気を切ったツナ缶とニンニクと塩コショウを入れて混ぜ合わせてできあがり。パセリがあれば入れると彩りが良くなります。
入れるツナ缶、ニンニク、塩コショウの量を調節してお好みの味に仕上げてください。

水切りヨーグルトの栄養成分はほぼタンパク質。ツナ缶もタンパク質が多く含まれる食材なのでタンパク質をしっかり補給できるペーストです。

ヨーグルトの水切りで出たホエイは栄養たっぷり。ドリンクにしたり、お肉の下味に使うなどいろいろな使い方ができます。

節分の豆知識

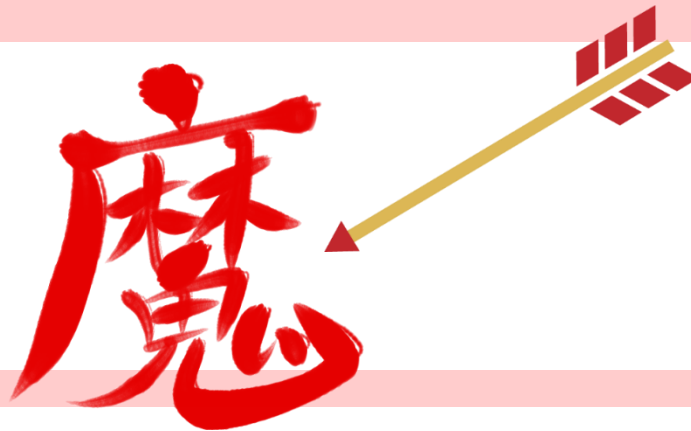
節分で豆をまく理由をご存じですか？



節分の豆知識

豆まきの豆には「魔（ま）を滅（め）する＝豆」という意味があります。

節分には必ず炒った豆を使うのは「豆を炒る」が「魔の目を射る」に通じるからです。



節分の豆知識

豆まきに使う豆を枳に入れるのは「ますます力が増す」という意味が込められています。

